



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UnICEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

IMAGEM CORPORAL: UMA VISÃO DA INFLUÊNCIA DO CURSO DE
NUTRIÇÃO

Elza Maria Oliveira Cunha
Mércia Cristiany Gomes Silva Rego

Dayanne da Costa Maynard

Brasília, 2020

Data de apresentação: 15 de Dezembro de 2020

Local: Sala Google Meet

Membro da banca: Diva Aliete dos Santos Vieira e Giselle Silva Garcia

RESUMO

A imagem corporal é como nós vemos o nosso corpo diante do espelho e de que forma isso pode interferir na nossa vida. Existe hoje uma supervalorização de um corpo magro, definido e musculoso que ficou estabelecido como sinal de saúde, beleza e poder, e não como imagem de desnutrição, pobreza e até mesmo doença contagiosa como antigamente era visto. Para muitos, esta realidade acaba por criar uma situação de frustração, baixa autoestima e discriminação entre aqueles que fogem desta regra, tornando essa uma condição considerável para o surgimento de transtornos alimentares. O presente estudo apresenta uma abordagem sobre imagem corporal, que pode levar a modificações no comportamento alimentar, a fim de avaliar se há uma influência do curso de nutrição na distorção da imagem corporal. A pesquisa foi feita no modelo de estudo transversal e descritivo e teve como público alvo os graduandos de nutrição, independente de idade e sexo, que foram convidados, a partir de divulgação feita nas redes sociais e nos grupos de faculdade, à responderem um questionário de 34 questões sobre imagem corporal, não havendo necessidade de identificação. A amostra foi composta por 47 universitários, com maioria (89,4%) de público feminino. Em relação ao estado nutricional segundo o IMC, a maioria dos universitários (59,6%) estavam com eutrofia e 31,9% com sobrepeso. Para a classificação em relação a satisfação corporal dos estudantes do curso de nutrição, a maioria (57,4%) apresenta-se com algum grau de insatisfação corporal, sendo 29,8% com moderada insatisfação corporal, 17% com leve insatisfação corporal e 10,6% possuem uma grave insatisfação corporal. Os resultados apresentados no estudo demonstram uma relação entre IMC próximo de sobrepeso e obesidade diretamente ligados à insatisfação corporal. Torna-se necessário a preocupação em realizar mais estudos que demonstrem de maneira clara os fatores que levam os acadêmicos de nutrição a estarem insatisfeitos com a imagem corporal e a desenvolverem transtornos alimentares no decorrer da graduação

PALAVRAS-CHAVE: nutrição, comportamento alimentar, transtornos alimentares, estudantes.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal é o conceito que cada indivíduo tem de seu corpo e suas formas. É a maneira como cada pessoa se enxerga na frente do espelho. Esse conceito precisa ser trabalhado diariamente a fim de que a não aceitação de seu corpo não implique no desenvolvimento de transtornos. Essa imagem será influenciada pelo meio em que vivemos e pelas situações que enfrentamos (SILVA; JÚNIOR; MILLER, 2004).

Segundo Secchi *et al.* (2009), em um estudo que fala sobre a percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo, a imagem corporal é hoje um tema em evidência nas áreas jurídica, midiática e científica. Nessa última, vários estudos vêm sendo realizados, dada a relevância do problema em nível nacional.

Existe hoje uma supervalorização de um corpo magro, definido e musculoso que ficou estabelecido como sinal de saúde, beleza e poder e não como imagem de desnutrição, pobreza e até mesmo doença contagiosa como antigamente era visto (BOSI *et al.*, 2006). Para muitos, esta realidade acaba por criar uma situação de frustração, baixa autoestima e discriminação entre aqueles que fogem desta regra, tornando essa uma condição considerável para o surgimento de transtornos alimentares (KAKESHITA, 2006).

Estudos denunciam altas prevalências desses comportamentos em estudantes de Nutrição que, além dos fatores de risco como idade e sexo, uma vez que a prevalência é maior em mulheres jovens, são futuros profissionais de uma área muito cobrada pela sociedade para que se tenha uma boa forma física (FIATES; SALLES, 2001; KIRTEN; FRATTON; PORTA, 2009). É grande a inquietação em pensar que os profissionais que devem ser habilitados para educar e tratar indivíduos com dificuldades que envolvem peso e forma corporal sejam ameaçados por esses problemas, se considerarmos que este fator pode influenciar a prática profissional (GARCIA; CASTRO; SOARES, 2010).

Acredita-se que como primordial o que exerce efeito no que diz respeito à percepção da imagem corporal é justamente o convívio social. A participação em grupos, como os de estudantes de nutrição, reforçam essa busca por um corpo dentro dos padrões estéticos, ocasionando o desenvolvimento de Transtornos alimentares (TA) (MORGAN; VERCCHIATTI; NEGRÃO, 2002). A causa dos transtornos não é singular e envolve diversos fatores, tanto genéticos e psicológicos,

quanto familiares e socioculturais. Entre os universitários surgem principalmente por transformações nos hábitos de vida, por pressões psicológicas e pela falta de tempo para alimentar-se (CRUZ; STRACIERI; HORSTS,2011).

As conseqüências para quem sofre desse mal podem ser problemas com a saúde física, mental, assim como os transtornos de ansiedade, depressão e abuso de substâncias tóxicas, que são muito comuns entre as pessoas que sofrem com os diversos transtornos existentes. Desse modo a importância desse estudo está no intuito de encontrar alguma forma para que se possa diminuir o número de pessoas que sofrem com a distorção de sua imagem corporal, muitas vezes causada pela pressão de não estar inserida no padrão estabelecido pela sociedade.

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho foi analisar a satisfação da imagem corporal em universitários do curso de nutrição de uma faculdade particular do DF, independente do período no curso, idade ou sexo.

OBJETIVOS

Objetivo primário

Analisar a satisfação da imagem corporal em universitários do curso de nutrição de uma faculdade particular do DF.

Objetivos secundários

- ✓ Determinar o estado nutricional através do IMC dos universitários de nutrição;
- ✓ Relacionar o estado nutricional com a satisfação corporal dos universitários;
- ✓ Investigar se o sexo dos universitários influencia na satisfação corporal.

MATERIAIS E MÉTODOS

Sujeitos da pesquisa

O público alvo foram os universitários do curso de nutrição que estavam cursando qualquer período; estudantes a partir de 18 anos, sem limite máximo de idade e de ambos os sexos.

Desenho do Estudo

Foi realizado um estudo transversal e descritivo.

Metodologia

O convite foi feito e divulgado pelas pesquisadoras através das redes sociais e por meio de grupos de *whatsapp* de uma faculdade particular do DF. A pesquisa foi realizada por meio de um questionário (Anexo 1) sobre satisfação corporal, reunindo a resposta de adultos estudantes de nutrição e cursando qualquer período. Para evitar qualquer constrangimento daqueles que passaram ou estão passando por episódios de distorção da imagem corporal, não foi necessária a identificação com nome, sendo solicitado apenas o sexo e o período em que se encontram no curso.

O questionário utilizado foi o BSQ (*Body Shape Questionnaire*) (Anexo 1) que é um instrumento utilizado para avaliar satisfação da imagem corporal do paciente em relação suas quatro últimas semanas e que contém 34 questões. Assim também, foi solicitado que o participante relatasse seu peso em Kg e estatura em Metros, para que com esses dados fosse feito o cálculo do IMC utilizando a fórmula $IMC = \text{peso} / \text{estatura}^2$. A pesquisa ocorreu no segundo semestre de 2020.

Análise dos Dados

Os resultados do BSQ foram analisados considerando os pontos de corte: ausência de insatisfação ≤ 80 pontos, leve insatisfação ≥ 81 e ≤ 110 pontos, moderada insatisfação ≥ 111 e < 140 pontos e grave insatisfação ≥ 140 pontos. A classificação para IMC utilizada seguiu os parâmetros da Organização Mundial da Saúde no qual,

$<16,0 \text{ kg/m}^2$ = Magreza III, $16,0$ a $16,9 \text{ kg/m}^2$ = Magreza II, $17,0$ a $18,5 \text{ kg/m}^2$ = Magreza I, $18,5$ a $24,9 \text{ kg/m}^2$ = Eutrofia, 25 a $29,9 \text{ kg/m}^2$ = Sobrepeso, 30 a $34,9 \text{ kg/m}^2$ = Obesidade I, 35 a $39,9 \text{ kg/m}^2$ = Obesidade II e $\geq 40 \text{ kg/m}^2$ = Obesidade III (OMS, 1995).

Após utilizar a plataforma do *Google Forms*, com as respostas obtidas foi montado uma planilha no Excel OFFICE 365 para somar e classificá-los individualmente. Para análise estatística foi utilizado o software SPSS (versão 21), utilizando para comparação das variáveis o qui-quadrado e tendo como relação estatística $p < 0,05$. Para melhor comparação entre os dados foram considerados dois grupos um com ausência de insatisfação corporal e outro com presença de insatisfação corporal (leve, moderada e grave).

Critérios de Inclusão

Foram incluídos estudantes cursando desde o 1º até o 8º semestre do curso de nutrição que tenham mais de 18 anos de idade, de ambos os sexos, que estavam dispostos a responder todas as perguntas do questionário sobre satisfação da imagem corporal, por livre e espontânea vontade, após convite feito pelas pesquisadoras. Foi necessária a concordância do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Critérios de Exclusão

Foram excluídos participantes que deixarem alguma pergunta sem resposta, por questão pessoal, receio, vergonha e/ou qualquer outro motivo, causando prejuízo no momento de verificação dos resultados.

Aspectos Éticos

Os procedimentos metodológicos do estudo foram preparados dentro dos procedimentos éticos e científicos fundamentais, como disposto na Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.

A coleta de dados foi iniciada apenas após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do UniCEUB com o número 4.419.305 e concordância dos

participantes do TCLE. Na execução e divulgação dos resultados foi garantido o total sigilo da identidade dos participantes e a não discriminação ou estigmatização dos sujeitos da pesquisa, além da conscientização dos sujeitos quanto à publicação de seus dados.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 47 universitários. Na tabela 1 é apresentado o sexo dos participantes que responderam à pesquisa, onde obteve-se 89,4% de público feminino e 10,6% de público masculino. A média de peso entre os participantes da pesquisa foi de 77,68 ($\pm 82,36$) kg e uma média de 1,63 ($\pm 0,8$) m de estatura (Tabela 2).

Tabela 1. Distribuição em relação ao sexo dos universitários. Brasília-DF, 2020.

		N	%
Sexo	Feminino	42	89,4%
	Masculino	5	10,6%

Tabela 2. Média e desvio padrão do peso e estatura dos universitários. Brasília-DF, 2020.

	Média	Desvio padrão
Peso	77,68	82,36
Estatura	1,63	0,8

Já na tabela 3 são apresentados os resultados do estado nutricional segundo o IMC, onde obteve-se que a maioria dos universitários (59,6%) foram classificados com eutrofia e 31,9% com sobrepeso.

Tabela 3. Distribuição do estado nutricional dos universitários segundo o IMC. Brasília-DF, 2020.

		N	%
Classificação do IMC	Baixo peso	1	2,1%
	Eutrofia	28	59,6%
	Sobrepeso	15	31,9%
	Obesidade	3	6,4%

Na tabela 4 são apresentados os resultados da classificação do questionário BSQ em relação a satisfação corporal dos universitários do curso de nutrição. Observa-se que a maioria (57,4%) apresentou algum grau de insatisfação corporal, sendo 29,8% com moderada insatisfação corporal, 17% com leve insatisfação corporal e 10,6% possuem uma grave insatisfação corporal.

Tabela 4. Distribuição da classificação do BSQ em relação a satisfação corporal dos universitários. Brasília-DF, 2020.

		N	%
Classificação do BSQ	Ausência de insatisfação corporal	20	42,6%
	Leve insatisfação corporal	8	17,0%
	Moderada insatisfação corporal	14	29,8%
	Grave insatisfação corporal	5	10,6%

A tabela 5 faz uma relação entre o estado nutricional dos universitários e a insatisfação corporal. Foi observado que quanto maior o IMC (excesso de peso) maior a presença de insatisfação corporal. Para os universitários com sobrepeso 37% tinham presença de insatisfação corporal e já os com obesidade esse valor foi de 7,4% para presença de insatisfação corporal. Vale ressaltar que apesar da relação existente a mesma não foi considerada com diferença estatística ($p > 0,05$).

Tabela 5. Relação entre estado nutricional e a insatisfação corporal dos universitários. Brasília-DF, 2020.

		Classificação do BSQ		p
		Ausência de insatisfação corporal	Presença de insatisfação corporal	
IMC	Baixo peso	1 5,0%	0 0,0%	0,542
	Eutrofia	13 65,0%	15 55,6%	
	Sobrepeso	5 25,0%	10 37,0%	
	Obesidade	1 5,0%	2 7,4%	
	Total	20 100,0%	27 100,0%	

Na tabela 6 foi demonstrada a insatisfação corporal relacionada ao sexo. Universitários do sexo feminino obtiveram maioria da presença de insatisfação corporal (92,6%) quando comparadas aos universitários de sexo masculino (7,4%). Vale ressaltar que apesar da relação existente a mesma não foi considerada estatisticamente significativa ($p > 0,05$).

Tabela 6. Relação entre sexo e satisfação corporal dos universitários. Brasília-DF, 2020.

		Classificação do BSQ		p
		Ausência de insatisfação corporal	Presença de insatisfação corporal	
Sexo	Feminino	17	25	0,356
		85,0%	92,6%	
	Masculino	3	2	
		15,0%	7,4%	
Total		20	27	
		100,0%	100,0%	

DISCUSSÃO

Com o objetivo de identificar os indícios de que estudantes de nutrição preocupam-se com a imagem corporal de maneira exagerada, mesmo não sendo esse o foco da graduação. Optou-se por avaliar a influência do curso de nutrição no desenvolvimento de distorção da imagem corporal através do questionário BSQ. Diante dos resultados mostrados, a maioria dos participantes (57,4%) apresentou insatisfação corporal, sendo 55,6% eutróficos de acordo com a classificação do IMC. Além desse resultado, o cruzamento de dados mostrou que quanto maior o IMC, maior é a presença de insatisfação corporal dos universitários.

O público feminino demonstra maior interesse em responder pesquisas relacionadas à imagem corporal. Penzet *et al.* (2008), em estudo voltado para o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de nutrição, alerta para o maior desenvolvimento de uma preocupação com a aparência e os padrões

impostos pela sociedade exatamente pelo fato das estudantes estarem demasiadamente preocupadas com a forma física e em contato constante com temas diretamente relacionados à alimentação.

Apesar de haver discordâncias de opinião na literatura a respeito da prevalência de distorções de imagem corporal serem menores em homens, segundo Vitolo *et al.* (2006), em estudo realizado com universitários americanos de diversas etnias, utilizando o teste de atitudes alimentares ou *Eating Attitudes Test* (EAT-26), mostrou que a prevalência de risco para TA (Transtornos alimentares) foi maior no sexo feminino. A maior prevalência de TA nesse sexo e em grupos ocupacionais (modelos, atrizes, atletas, nutricionistas) pode ser explicada pela exigência de uma imagem/peso mais leve. Houve também no estudo uma investigação sobre a associação entre excesso de peso e a presença de compulsão alimentar (CA), que trouxe resultados que variam de 15 a 63%, o que confirma essa forte associação entre CA e mulheres que apresentaram IMC maior que 25 kg/m², indicando que mulheres com CA comem na proporção do seu tamanho corporal.

Em estudo feito por Magalhães e Mota (2012), que faz uma abordagem psicossocial do estado nutricional e do comportamento alimentar de estudantes de nutrição de uma universidade do Rio Grande do Sul, observou que 85,5% das alunas eram eutróficas, 8,5% apresentavam algum grau de desnutrição e 6,0%, sobrepeso e/ou obesidade (KIRSTEN; FRATTON; PORTA, 2009). Os dados desses estudos foram semelhantes aos dados apresentados no presente estudo, visto que a maioria dos universitários apresentaram eutrofia.

Conforme Magalhães e Mota (2012) outro aspecto a ser destacado é o da satisfação com o peso. Observou-se, na pesquisa, uma diferença significativa entre o peso real e o peso desejado, tanto no grupo das ingressantes quanto no das concluintes. Esse resultado está em consonância com os de trabalhos que mostram que o peso desejado por estudantes universitárias costuma ser menor que o real mesmo quando se apresenta dentro da faixa de normalidade ou eutrofia (BOSI *et al.*, 2006; KAKESHITA; ALMEIDA, 2006).

Segundo Araújo *et al.* (2015), numa abordagem sobre o estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho, a obesidade nesses profissionais gera um sentimento de impotência e aprisionamento. Conforme o estudo é como se a capacidade técnica do profissional não fosse medida pelos seus conhecimentos técnicos e sim pelo seu corpo, suas formas e IMC. Esses resultados reforçam a

preocupação dos estudantes de nutrição que desde a faculdade já sofrem pressões para se manter no IMC e corpos ideais.

Conforme Santos e Salles (2009), alguns estudos enfatizam que os sujeitos com obesidade têm menor inserção no mercado de trabalho, mais dificuldade de arrumar emprego e quando empregados sofrem mais discriminação.

Em um estudo realizado com 207 estudantes da área da saúde nos cursos de Educação Física, Nutrição e Estética de instituições públicas e privadas de Juiz de Fora MG e que teve como objetivo a análise de prevalência de insatisfação corporal, checagem corporal, influência midiática e comportamento alimentar, utilizando o *BodyShape Questionnaire*; *EatingAttitudesTest-26*; *Sociocultural Towards Appearance Questionnaire*; *Body Checking Questionnaire* para mulheres e *Male Body Questionnaire* para homens como instrumentos avaliativos, apontam o público feminino com uma taxa de insatisfação corporal consideravelmente superior a do público masculino. Assim também pode ser observado que as mulheres estão mais passíveis a adotarem comportamentos inapropriados para diminuir o peso (BATISTA et al, 2015).

Nos quesitos influência midiática e checagem corporal, tanto os homens quanto as mulheres relataram sentir-se pressionados a manter corpos no estilo padronizado imposto pela mídia, da mesma forma que relatam apresentar alta frequência de checagem corporal. Diante disso é possível notar que existe um padrão pré estabelecido que demande a busca de modelo de corpo ideal, trazendo comportamentos inapropriados e conseqüentemente distorção da imagem corporal, sendo o público feminino apontado como mais vulnerável a adotá-lo (BATISTA et, al 2015).

Para Beatty e Finn (1995), o público feminino é de maneira mais facilmente atraída por essa aceitação dos padrões estéticos impostos socialmente e culturalmente. A sociedade costuma excluir pessoas obesas. Diante disso o público feminino acaba insatisfeito com seus corpos. Existe uma distorção da imagem corporal e esse medo de ficarem obesas faz com que cada vez mais mulheres iniciem dietas e passem a controlar o peso, fazer exercícios em excesso e consumirem remédios e drogas para fins estéticos em busca de corpos magros e aceitáveis.

Conforme Bosi (2006), em um estudo sobre autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição no município do Rio de Janeiro, os valores de

IMC informado e o desejado tendem, ambos, para o limite inferior de normalidade, o que sugere um desejo de adequação ao padrão ideal de corpo na atualidade. Ainda segundo o estudo, entre as universitárias com autopercepção da imagem corporal moderada ou gravemente alterada (18,6%) foi encontrado que 82,9% apresentavam IMC adequado e 11,4%, apresentavam IMC de sobrepeso/obesidade. Esse dado de elevação percentual de universitárias eutróficas com alteração moderada/grave da autoimagem corporal é preocupante, se levarmos em consideração que são futuras nutricionistas que também deverão atentar para a detecção e o manejo de comportamentos alimentares de risco.

Foi observado em um estudo sobre comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de nutrição de uma universidade pública de Porto Alegre-RS, que os estudantes insatisfeitos com a imagem corporal apresentavam significativamente maior prevalência de atitudes alimentares inadequadas, quando comparados àqueles sem alterações na imagem corporal (GARCIA *et al.*, 2010)

Em um estudo de Laus *et al.* (2006), que fala sobre percepção da imagem corporal e estado nutricional de estudantes de nutrição, a avaliação dos resultados do IMC desejado demonstra que 45,4% das participantes da pesquisa gostariam de ter um IMC fora da faixa de eutrofia, enquanto os valores do IMC saudável indicam que 63,6% das estudantes acredita que um IMC saudável é menor do que o IMC da sua escolha atual, o que reforça a distorção da percepção de sua imagem corporal.

Ainda segundo o estudo o fato das imagens corporais apontadas como desejáveis situarem-se predominantemente em faixas menores de IMC em relação aos apontados como atuais sugere certa insatisfação com a imagem corporal, e o conhecimento de que a percepção distorcida do peso corporal leva a práticas inadequadas de controle de peso, pode favorecer medidas preventivas como campanhas educacionais que visem esclarecer a ligação entre a cultura do corpo e os transtornos alimentares (LAUS *et al.*, 2006).

Segundo Legnani *et al.* (2012), em um estudo sobre Transtornos Alimentares e imagem corporal em acadêmicos de Educação Física, foi observada a prevalência de excesso de peso corporal (sobrepeso e obesidade) mais acentuada em participantes do sexo masculino, porém apesar da prevalência significativa de excesso de peso nos rapazes, não foi identificada diferença nas prevalências de transtorno alimentar e distorção com a imagem corporal entre os sexos. Dados

semelhantes ao da presente pesquisa, ao qual não houve diferença estatística entre distorção de imagem corporal e o sexo.

No estudo de Alves *et al.* (2008) foi verificada uma chance 16,7 vezes maior para risco de transtorno alimentar nos adolescentes insatisfeitos com a imagem corporal. Da mesma forma a chance de presença de comportamento bulímico nos universitários em Florianópolis investigados por Cenciet *al.* (2009) foi 19,9 vezes maior naqueles com distorção da imagem corporal.

O estudo realizado mostrou algumas limitações como a pandemia da Covid-19 que limitou o tamanho da amostra por impossibilitar o contato presencial com possíveis participantes do presente estudo e também pela possível influência da pandemia no desenvolvimento de distorção e preocupação excessiva com a imagem corporal.

CONCLUSÃO

Os resultados apresentados no estudo demonstram uma relação entre IMC próximo de sobrepeso e obesidade diretamente ligados à insatisfação corporal. A maior parte da amostra apresenta algum grau de insatisfação, e esse número é mais observado nas participantes do sexo feminino e pode servir de gatilho para comportamentos transtornados.

Universitários dividem a graduação entre momentos de inúmeras distrações e momentos de grande pressão, que pode ser encarado com naturalidade por muitos, mas a depender da área escolhida essa pressão pode se tornar ainda maior uma vez que não há paralelo em muitos outros cursos de nível superior em que o estudante tenha sua imagem associada diretamente ao curso a que se dedica. Ou

seja, o seu corpo, a sua estética, o modo como o veem também é exigido como referência de competência profissional.

A relação de distorção de imagem corporal e transtornos alimentares está diretamente ligada, uma vez que a alimentação não representa mais apenas uma necessidade fisiológica. A super valorização de corpos magros e esteticamente padronizados influencia no comportamento alimentar e na maneira como é aceito o reflexo no espelho. Diante da sociedade, o profissional da saúde está vinculado a exercer o correto conhecimento sobre o bem-estar, e isso está diretamente ligado com a aparência que ele “vende”. A busca incansável por se encaixar nos padrões e as pressões impostas diante de qualquer falha faz com que a relação entre saúde e doença ultrapasse qualquer nível de bom senso.

Visto o exposto, torna-se necessário a preocupação em realizar mais estudos que demonstrem de maneira clara os fatores que levam os acadêmicos de nutrição a estarem insatisfeitos com a imagem corporal e a desenvolverem transtornos alimentares no decorrer da graduação ou mesmo ingressarem no curso por estarem com problemas relacionados à própria imagem. Problemas esses causados em sua maioria por tentativas de se encaixarem em padrões estéticos. O presente trabalho pode contribuir para o desenvolvimento de novas estratégias que venham a minimizar o sofrimento dos portadores de distorções de imagem corporal ou transtornos alimentares.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, K.L.; PENA, P.G.L.; FREITAS, M.C.S.; GARCIA, R.W.D. Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho. **Revista de Nutrição**. v. 28, n. 6, 2015.

BATISTA, A; NEVES, CM; FILGUEIRAS, JF; FERREIRA, MEC. Dimensão Atitudinal da imagem corporal e comportamento alimentar em graduandos de educação física, nutrição e estética da cidade de Juiz de Fora.-MG. **JournalOfFisicalEducation**, v. 26, n.1. p. 4-20, 2015.

BITTENCOURT, L.J; Almeida, R.A, Transtornos Alimentares: patologia ou estilo de vida?.SciELOAnalytics, **Psicologia & Sociedade**, v. 25, n.1, ano 2013.

BOSI, M.L.M; LUIZ, R.R; MORGADO, C.M.C; COSTA, M.L.S; CARVALHO, R.J. Auto percepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **JBrasPsiquiatr**, v 55, n. 2, p. 108- 113, 2006.

CLAUDINO A.M, BORGES, M.B.F, Critérios diagnósticos para os transtornos alimentares: conceitos em evolução. **RevBrasPsiquiatr**, v. 24, suppl 3,2002.

CORDÁS, T.A.; CLAUDINO, A.M. Transtornos alimentares: fundamentos históricos. **Revista Brasileira Psiquiatria**. v. 24, p. 3-6, 2002.

ESPÍNDOLA, C.R; BLAY, S.L, Bulimia e transtorno da compulsão alimentar periódica: revisão sistemática e metassíntese, **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v.28, n. 3, 2006.

FIATES, G.M.R; SALLES R.K. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Revista de Nutrição**, v. 11, p. 14, 3-7, 2001.

GARCIA, C.A; CASTRO, T.G; SOARES, R.M. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de nutrição de uma universidade pública de Porto Alegre - RS. **Revista HCPA**, v. 30, n. 3, p. 30,3, 2010.

KAKESHITA, I.S; ALMEIDA, S.S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista Saúde Publica**, v. 40, n.3, p. 497-504, 2006.

KIRSTEN, V.R.; FRATTON F; PORTA N.B.D. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Revista de Nutrição**. v. 22, n. 2, p. 219-227, 2009.

LAUS, M.F; ZANCUL, M.S; MARTINS, T.M; KAKESHITA, I.S; ALMEIDA, S.S. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em estudantes de nutrição. **Alimentação e Nutrição Araraquara**. v. 17, n.1, p. 85-89, 2006.

LIAO Y, et al. Symptoms of disorder eating, body shape, and mood concerns in male and female Chinese medical students. **Comprehensive Psychiatry**. v. 51, n. 5, p. 516-523, 2010.

LOCATTELLI, B.M.J.; DINIZ, J.S.; TAKI, M.S, Prevalência de Transtorno de Compulsão Alimentar em Universitárias de diferentes áreas de estudo em uma Universidade de Várzea Grande-MT, **II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)**, 2017.

MAGALHÃES, P.; MOTTA, D.G. Uma abordagem psicossocial do estado nutricional e do comportamento alimentar de estudantes de nutrição. *Nutrire: ver. Soc. Bras. Alim. Nutr. J. Brazilian Soc. Food Nutr.* São Paulo, SP, v.37, n. 2, p. 118-132, 2012.

MOREIRA, D.E. et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de Nutrição e Administração. **Revista Associação Brasileira de Nutrição- RASBRAN**. v. 8, n. 1, p. 18-25, 2017.

MORGAN, C.M.; VECCHIATTI, I.R.; NEGRÃO, A.B. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. **Rev Bras Psiquiatr.** v. 24, p. 18-23, 2002.

OLIVEIRA, J; FIGUEIREDO, L; CORDÁS, T.A. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta “**low-carb**” em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 4. 2019.

PENZ, L.R.; DAL BOSCO, S.M.; VIEIRA, J.M. Risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Scientia Médica**. 2008. v. 18, n. 3, p. 124-128, 2008.

SECCHI, K; CAMARGO, B.V; BERTOLDO, R.B. Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. **Psicologia: Teoria e pesquisa**. v. 25, n. 5, 2009.

SILVA, R.F.; JÚNIOR, R.V.; MILLER, J. Imagem corporal na perspectiva de Paul Schilder: Contribuições para trabalhos corporais nas áreas de educação física, dança e pedagogia. **Revista Digital - Buenos Aires** - Año 10 - n° 68. 2004.

SOUTO, S.; FERRO-BUCHER, J.SN. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. **Rev.Nutr. Campinas**. v. 19, n. 6, p. 693-704, 2006.

VITOLO, M.R.; BORTOLINI, G. A.; HORTA, R.L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, RS**. v. 28, n. 1, 2006.

.

ANEXO 1

QUESTIONÁRIO SOBRE IMAGEM CORPORAL (BSQ)

Como você se sente em relação à sua aparência **nas últimas quatro semanas**. Por favor, leia cada uma das questões e assinale a mais apropriada usando a legenda abaixo:

- | | |
|--------------|-------------------------|
| 1. Nunca | 4. Frequentemente |
| 2. Raramente | 5. Muito frequentemente |
| 3. Às vezes | 6. Sempre |

Nas últimas quatro semanas:

1. Sentir-se entediada(o) faz você se preocupar com sua forma física?
1 2 3 4 5 6
2. Você tem estado tão preocupada(o) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta?
1 2 3 4 5 6
3. Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante de seu corpo?

1 2 3 4 5 6

4. Você tem sentido medo de ficar gorda(o) (ou mais gorda(o))?

1 2 3 4 5 6

5. Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme?

1 2 3 4 5 6

6. Sentir-se satisfeita(o) (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você se sentir gorda(o)?

1 2 3 4 5 6

7. Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar?

1 2 3 4 5 6

8. Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar?

1 2 3 4 5 6

9. Estar com mulheres (homens) magras(os) faz você se sentir preocupada em relação ao seu físico?

1 2 3 4 5 6

10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta?

1 2 3 4 5 6

11. Você já se sentiu gorda(o), mesmo comendo uma quantidade menor de comida?

1 2 3 4 5 6

12. Você tem reparado no físico de outras mulheres (ou outros homens) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem?

1 2 3 4 5 6

13. Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou conversa)?

1 2 3 4 5 6

14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda(o)?

1 2 3 4 5 6

15. Você tem evitado usar roupas que a(o) fazem notar as formas do seu corpo?

1 2 3 4 5 6

16. Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?

1 2 3 4 5 6

17. Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda(o)?

1 2 3 4 5 6

18. Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?

1 2 3 4 5 6

19. Você se sente excessivamente grande e arredondada(o)?

1 2 3 4 5 6

20. Você já teve vergonha do seu corpo?

1 2 3 4 5 6

21. A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?

1 2 3 4 5 6

22. Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio

(por exemplo, pela manhã)?

1 2 3 4 5 6

23. Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?

1 2 3 4 5 6

24. Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura

ou na barriga?

1 2 3 4 5 6

25. Você acha injusto que as outras mulheres (ou outros homens) sejam mais magras(os) que você?

1 2 3 4 5 6

26. Você já vomitou para se sentir mais magra(o)?

1 2 3 4 5 6

27. Quando acompanhada(o), você fica preocupada em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?

1 2 3 4 5 6

28. Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?

1 2 3 4 5 6

29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você se sentir mal em relação ao seu físico?

1 2 3 4 5 6

30. Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?

1 2 3 4 5 6

31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?

1 2 3 4 5 6

32. Você toma laxantes para se sentir magra(o)?

1 2 3 4 5 6

33. Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?

1 2 3 4 5 6

34. A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios?

1 2 3 4 5 6

TOTAL: